ARS Randonnées pédestres 2ème trimestre 2023 2024 groupe 5

Date	heure de Départ	Long en km	Dénivelé en mètres	Sorties Points d'intérêts	Lieu de départ	distance aller retour	durée	nature des difficultés et recommandations de sécurité	Animateur
4-janv.	**8h**	15	350	**De Puéchabon aux rives escarpées de l'Hérault** *Source pétrifiante de Fontcaude* *Canal de Gignac*	*Puechabon* *(34)*	24 km x 2 **48 km**	5h 30	Belle rando de reprise Pas de difficultés majeure Une remontée sévère sur le plateau	**GJ** **XC** **HM**
11-janv.	**8h**	15	600	**Pierriers du Pic St Loup** *Parcours au pied des falaises* *Montée en crête Est, belles vues sur Hortus*	*Cazevieille* *(34)*	12 km x 2 **24 km**	5h00	Un parcours inédit en face Nord du Pic Difficile: pierriers Remontée au Pic par crête Est	**XC** **BG**
18-janv.	**8h**	17	600	**Cabrières; la draille des Crozes** *Panoramas, ruines du Vieux Corbières* *Moulin du Tiberet, superbe sentier en crêtes*	*Cabrières* *(34)*	50 lm x 2 **100 km**	6h30	Difficulté moyenne, longueur	**BG** **GJ**
25-janv.	**8h**	12	580	**Enchainement Liausson,Mourèze Ste Scholastique** *Anciens ermitages* *Les Orgues, Galerie du Miel Blanc, Grotte*	*Liausson* *(34)*	50 km x 2 **100 km**	6h 30	Difficile, Dénivelé Beaux raidillons Prévoir éclairage pour visite de la grotte	**JB** **HM** **BG**
1 -fev	**8h**	14	600	**Les falaises de l'Escalette** *Variante en montée pa le tunnel sous l'autoroute* *Accès aux falaises, montée à la chapelle St Vincent*	*Pégairolles de l'Escalette* *(34)*	61 km x 2 **122 km**	6h	Moyenne à Difficile Passage avec usage des mains Prévoir lampe et serviette	**XC** **GJ** **HM**
8 -fev	**8h**	16	550	**Crêtes et Puechs de la Séranne** *Panoramas aériens, dolmens, menhir* *Baumes-aven des Corneilles, Pic Baudille*	*Le Coulet* *(34)*	55 km x2 **110 km**	6h30	Rando "en ligne" Pas de difficultés hors longueur Quelques montées raides	**PB** **GJ** **JPR**
15 -fev	**8h**	16	620	**La Marianne, le pic du Midi et le Cengle** *Vues panoramiques inédites* *Grotte de l'Esprit*	*St Hyppolite du Fort* *(30)*	40 km x 2 **80km**	5h 30	Difficile Lapiaz, pierriers inconfortables, en montée Prévoir éclairage pour visite de la grotte	**JB** **HM** **XC**
22 -fev	**8h**	15	600	**Balcons de Soubès, Gr. Fromagères, aven des Perles** *Dans une belle reculée du Larzac*	*Soubès* *(34)*	45 km x 2 **90 km**	6h30	Difficulté moyenne. Belle montée soutenue et descente itou	**PB** **GJ** **JPR**
29 -fev	**8h**	16	850	**Sumène, Le Vernet, St Roman de Codières** *Serres et vallats des Cevennes* *Enchaînement Montagne de la Fage, Ranq de Bane*	*Sumène* *(30)*	32 km x2 **64 km**		Difficulté moyenne à difficile: longueur et denivelée) Pacours en crêtes offrant de belles vues	**XC** **BG** **HM**
7-mars	**8h**	15	620	**Rocher St Julien, Capelan, Grande Pallières** *Panorama unique sur la Cluse du Gardon* *groupe de dolmen très originaux*	*Anduze* *(30)*	55 km x 2 **110 km**	5h 30	Difficulté myenne Trois petits sommets	**JB** **BG** **HM**
14-mars	**8h**	16	600	**Cirque du Bout du Monde** *Un grand classique* *Montée au site dolmenique de Laroque*	*Gourgas* *(34)*	62 km x2 **124 km**	6h30	Difficulté moyenne, longueur	**PB** **JPR** **BG**
21-mars	**8h**	10	670	**Caroux: arête de La Coste** *Rando aérienne* *Paysages superbes, grandioses et sauvages*	*La Coste* *(34)*	90 km x 2 **180 km**	6h30	Difficile, Dénivelé, Montée soutenue Longs passages avec usage des mains	**JB** **XC** **BG**
28-mars	**8h**	14	700	**De la Baume du Soleil à Peyremartine** *Début de montée inédit pour rejoindre le Caylaret et la Baume* *Montée à Peyre Martine depuis la Baume*	*St Jean de Buèges* *(34)*	32 km x 2 **64 km**	6h00	Difficile Montées très soutenues Accès à la Baume en désescalade	**XC** **BG** **HM**